

中 力 研 だ よ り

第1号 令和8年 6月 発行 中学校カウンセリング研究会

「年度初めのご挨拶」

本年度、会長を務めさせていただきますのは洛風中学校の芦田美香校長です。また、幹事長は烏丸中学校の寸田寛教諭です。1年間どうぞよろしくお願いします。

中学校カウンセリング研究会は、教育相談（カウンセリング）を、教師の基本的なあり方（人とのかかわりかた）を示すものとして捉え、総合的に研究調査を行い、教育の充実・発展を図ることを目的とした研究会です。そして主な活動としては、以下の4点です。

1. 教育相談（カウンセリング）に関する調査研究
2. 研究会、講演会、研究発表会等の開催
3. 研究物（研究会だより）の発行
4. その他、必要な事業



「お誘い」 相談窓口を増やしてみませんか？



昨今の社会状況を鑑みれば、「心に寄り添うこと」の重要性が高まっています。コミュニケーションの取り方もテクノロジーの発展や時代とともに大きく変容し、新たな課題が次々として出てきております。こういった時代こそ、人と人とのかかわり合いが大切にされなければ、パーソナリティと社会性の発達が危機的な状況になります。それ以外のさまざまな場面でも、多くの危機に直面することになります。これからますます、カウンセリングの視点での生徒理解、生徒支援、生徒指導等が必要です。

また、ご多忙な教職員の方々のメンタルヘルスにも課題が山積している昨今の教育現場です。お一人で抱え込まず、現場とはまた違ったコミュニティで繋がりをもち、相談窓口を作っておくことも一つの手段です。

一緒に中学校カウンセリング研究会で、活動しませんか？ご興味を持たれた際には下記までご連絡ください。

＊中力研のホームページ (<https://skc-cms.edu.city.kyoto.jp/sogokyoiku/jhsEdCouSu>)

随時、公開していますので、ぜひご覧いただければと思います。過去の中力研だよりの閲覧については、学校のパソコンから以下の手順で入っていただければ見ることができます。

＊「光京都ネットホームページ→京都市教育研究団体一覧→中学校→教育相談（カウンセリング）」

「ご意見・ご感想・ご質問、かかわり合いなどでお困りの点などがありましたら、ご連絡ください。中学校カウンセリング研究会と一緒に考えてみませんか」

会長 洛風中学校 校長 芦田美香 (bu884-ashida@edu.city.kyoto.jp)

幹事長 烏丸中学校 寸田 寛 (mh027-sunden@edu.city.kyoto.jp)

「研究テーマと理由のご紹介」

中学校カウンセリング研究会では、以下の研究テーマとサブテーマで、活動・研究をしています。

研究テーマ「中学校教育活動における教育相談(カウンセリング)の効果的な活かし方」

サブテーマ「～子どもや保護者の行動が示す深層に迫るために」

カウンセリングに関する専門的な視点を学び、実践力を高める～」

「研究テーマ・サブテーマ設定理由」

本研究会では、「中学校教育活動における教育相談(カウンセリング)の効果的な活かし方」を研究テーマの主題に、長年研究してきた。その主題を大切にしながら、今年度はサブテーマを「～子どもや保護者の行動が示す深層に迫るためにカウンセリングに関する専門的な視点を学び、実践力を高める～」と設定した。本研究会では、教育相談(カウンセリング)とは、教師の基本的な在り方(人との関わり方)を示すものとして捉えている。カウンセリングに関する専門的な知識・技能は、人の心を扱っているので、生徒や保護者理解を深めることに役立ち、人と人との関わりの中で生きてくる。つまり、さまざまな教育場面や状況で効果を発揮する。さらに、それらの専門的な知識・技能を学んでいくことで、日頃の実践を自分自身で振り返ることができ、自分の経験や感覚に基づいた実践は、理論的な背景に裏付けされたものになっていく。経験や感覚に理論の名前が付き、働きかけの引き出しが増え、自分の実践に手応えも出てくる。

近年、各領域で心の健康問題が複雑化かつ多様化しており、それらへの対応が急務になっている。本研究会にも、「公認心理師」資格を取得している役員が在籍しており、日々活動をしている。このような状況の中で、今年度は子どもや保護者とのかかわり方の研究を「カウンセリングに関する専門的な視点」を学ぶことで試みる。また、多面的な視点を研究する過程で、「子どもや保護者の行動が示す深層に迫れる」ことを確かめていく。「子どもや保護者の行動の深層に迫る」ことで、支援や指導の質が向上することを狙いとする。このようなカウンセリングの視点が、現在中学校現場で特に必要であると考える。

子どもや保護者の行動には、必ず意味がある。しかし、その意味に迫れるかどうか、その深さを推し量れるかどうかは、本当に難しい課題である。反社会的行動に現れるもの、非社会的な行動に現れるもの、なにげない言動に現れるもの。さまざまな形となって現れている。昨今の傾向としては、ストレスを言語化できずに、身体化、行動化をしてしまうケースが多くなっているということである。それぞれの子どもに、それぞれの思いがあり、それぞれの状況がある。子どもを支える保護者にも、それぞれの思いがある。それらに迫るための視点、少しでも深層を感じることができる視点の研究を進めていく。そして、それらを追及していく姿勢が、子どもの行動の変容に繋がることを確かめる。



「教育相談について」

第1弾の配信は学校現場で行われる「教育相談」です。

昨今、京都市教育委員会においては新規採用教員の大量採用が行われています。特に新規採用者、または4月から2か月が経過し、自信を無くしている方々のために、カウンセリングの知識を取り入れた教育相談での視点や考えの一部を筆者の個人の教育現場での主観を加えて述べます。

すでに、学校組織で計画されている教育相談は終了している所もあるかもしれませんが、次の機会や、強制されていない子どもとのかかわり合いの参考にしてほしいです。



○教育相談の意義「君のことを知りたい。」

大前提として、子どもに求められない限り、指導やアドバイス、評価はしません。なぜなら、子どもの好きなことや頑張りたいこと、不安なことや困っていることなどの「背景を知る」という「子どもと先生の相互理解」が目的からです。指導者としては、子どもを理解しようと必死ですが、子どもは先生を「どんな人かな」と、よく見ています。「教育相談」という名称ですが、筆者は、一方通行ではなく「相互理解」の場だと捉えます。そのためにスタンスを「教師モード」から「人間モード」に切り替えます。相互関係をきっかけに、人間関係の構築が進み、相互作用が成り立てば信頼関係が築かれます。

「意識していたトリニティ」

★最初に雑談必須（用途：心理的安全の場の提供）安心しなければ何も始まらない。

①子どもが抱えている現在の「不安の聞き取り」と必要があれば「不安の解消」

例 → 学習、人間関係、家庭、自分自身についてなど様々

・不安には「目に見える不安」と「漠然とした不安」がある

「目に見える不安」 → 両親が不仲、人間関係の悪化、学業等不振など

「漠然とした不安」 → 将来、進路、恐怖対象、発達課題、LGBTQ など

子どもは「聞いてもらえた」と思うだけで安心することもある（教職員の理解しようとする姿勢）

②子どもが感じている「嬉しいこと」や「楽しいこと」を聞き取る

例 → 家庭が幸せ、クラスが楽しい、勉強や習い事が好調、恋愛成就、エンタメなど

・楽しい話をしたことで気分が高揚する

→ 教職員との会話にポジティブな印象を植え付けることができる → 話してよかった

→ また先生に話そう → これの繰り返しで信頼関係を構築

③「くだらないこと」や「笑えない悪口」などもとりあえず聴く

・子どもは教職員を信頼しているほど、リスクを考えずに普段は言えないことを言う

例 → モテたい、漫画の展開が気に入らない、深刻過ぎる悪口など

注意点：聞き手として無理はしてはいけない → 虫好きの子どもに虫嫌いな先生が合わせる必要は無い

絶対に忘れてはいけないこと

★当該学年でのその日中の情報交換（絶対にその日中）（絶対に子どもに知られてはいけない）

教育相談の場は、教職員と子どもだけの秘密の場所です。ですが、担任で受けとめきれない内容も発生する可能性があるため、必ず実施したその日中に当該学年主任と情報交換を実施しましょう。

おなか一杯の先生方はここまでです。まだ余裕のある先生方は、この先もご一読ください。

自主的な「教育相談」をどれだけでできていますか？



教育現場という極めて多忙な環境で、生徒指導部に設定された期間のものや上司によって出された指示で実施する子どもの対応ではありません。

それ以外で、先生方自身の判断で展開される「子どもとの2人だけの時間」のことです。

「教室や廊下で子どもたちと話しています」「グラウンドで遊んでいます」

これも非常に大切です。しかし、余裕がある場合はここで終わるともったいないです。この段階は生徒指導の4層構造で言う第1.2層の発達指示的、課題予防的（課題未然防止対応）生徒指導です。弓道で言う弓を引く動作。

困っている生徒の理解を深めるためには第3層の課題予防的生徒指導（早期発見対応）が不可欠です。弓を引いた後で狙いを定める行為です。「誰を」「何の意図で」「どこで」「どのようなことを聞き取るか」といった視点で作戦を練り、対応をすることです。「別室」「個別対応」は教職員の意図が子どもの求めることにマッチすれば大きな効果

を発揮します。経験年数が数年経ち、初任期より少し余裕の出てきた先生は、このフェーズに挑戦してほしいです。

課題の目立つ子どもは必然的にそういった場を設定しますが、そうでない子どもに対しては、指導者側によほどの意識が無いと実現しません。しかし、多様な社会の中で生活するうえで、敏感な思春期の子どもたちが抱える課題は千差万別です。大丈夫そうに見える。元気そうに見える。しかし、実は将来に対する不安や学業に対するプレッシャー、人間関係やクラスに対する不満などを感じていることも多々あります。

生徒指導部や上司に指示されて行っている聞き取りは「業務的な教育相談」です。そうではなく、担任として「単純に気になる」などの理由で時間を取った場合、子どもは本能的に「忙しいのに聞いてくれた」となることが多いです。（そうならない場合はご自身の日頃の子どものかかわり方を見直す必要があります。）もしも、何かを抱えていたとしたら「なんでわかったん？」と場の設定者はその子の救世主となるでしょう。

また、更に生徒理解を深めるのであれば、背景理解です。子どものリアルを探るには関係機関や上司よりも、直接的、間接的な子どものかかわり合いと家庭訪問による保護者とのかかわり合いです。この保護者対応は連絡ツールの「すぐる」でのやり取りや教職員の受動態による自然発生ものではありません。＊注意点：関係を構築する前に探りを察知されると警戒される。

冒頭の質問と同じで、自主的な電話連絡や家庭訪問をどれだけでできていますか？（多いから良いのではない）

来るべき課題に直面する前に子どもとの個別のかかわり合いと家庭訪問による保護者との個別のかかわり合いを模索することがこれから起こるだろう大きな課題の前に必要です。いわゆる、かゆい所に的確に手が届いているかということです。例えば、背中がかゆいと思っている人に、良かれと思って肩を揉んであげても満足してもらえないという状況です。

課題が発生した際にいつでも射止められる準備をしておく、有事に落ちていて対応することができます。

先生方に余裕があれば、潜在的に何かしらのサインを出す子どもたちやその保護者と意図的に狙いを持った場の設定をしてみると、変容が見られるかもしれません。

